

LAMPIRAN

IDENTITAS RESPONDEN

Isilah identitas Anda dengan lengkap pada kolom yang telah disediakan untuk nama diperbolehkan menggunakan inisial/disingkat.

Nama :

Umur :

A. Petunjuk Pengisian

Dalam angket ini akan disajikan sejumlah pernyataan. Baca setiap pernyataan dengan teliti, kemudian tugas Anda adalah memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda.

Pilihan:

SS = Jika pernyataan tersebut sangat sesuai dengan diri Anda

S = Jika pernyataan tersebut sesuai dengan diri Anda

TS = Jika pernyataan tersebut tidak sesuai dengan diri Anda

STS = Jika pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan diri Anda

Jawaban diberikan dengan tanda centang (✓) pada salah satu jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda sendiri. Dalam pengisian angket ini, Anda tidak perlu merasa khawatir atau ragu-ragu karena dalam angket ini tidak ada jawaban yang dianggap salah. Jawaban yang benar adalah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan perasaan Anda tanpa dipengaruhi oleh siapapun dan ingat jangan sampai ada pernyataan tidak ada jawabannya. Jawaban yang Anda berikan akan dirahasiakan.

Selamat Mengerjakan!

KUESIONER
Skala Kecerdasan Emosional

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya bisa berpikir jernih dan tenang dalam menghadapi permasalahan				
2	Saya tau kalau saya sedang cemas				
3	Melakukan sesuatu kegiatan dapat membantu saya melepaskan ketegangan				
4	Saya selalu menyapa teman yang saya kenal				
5	Saya bisa memahami perasaan orang lain				
6	Saya sulit memaafkan seseorang				
7	Saya sering bingung untuk memahami perasaan diri sendiri				
8	Saya mudah kecewa bila menghadapi kegagalan				
9	Saya enggan menyediakan waktu untuk berbicara pada orang lain				
10	Saya kesulitan mengajak ngobrol teman yang baru saya kenal				
11	Saya menolak keras ajakan teman saya untuk melakukan kejahatan				
12	Saya lebih baik menahan diri ketika akan marah				
13	Saya dapat menangani kesulitan tanpa tergantung dengan orang lain				
14	Ketika keluarga menuntut kehadiran saya, saya akan sangat meluangkan waktu				
15	Saya bersedia mendengarkan keluhan teman saya				
16	Saya tidak sedih ketika kehilangan barang kesayangan saya				
17	Saya gugup ketika menghadapi kesulitan				

18	Saya mudah menyerah saat menghadapi kegagalan				
19	Saya merasa bahagia bila melihat teman yang tidak saya sukai sedih				
20	Saya merasa tidak sedih ketika melihat berita bencana di televisi				
21	Saya berusaha menikmati suatu tugas yang sudah menjadi kewajiban, agar saya tidak merasa tertekan.				
22	Saya maklum bila keinginan saya tidak terpenuhi				
23	Saya akan segera mengatasi suatu kesulitan agar masalah tidak menumpuk.				
24	Saya mudah bergaul dengan teman meskipun berbeda pekerjaan				
25	Ketika teman menghindari saat saya mendekat saya akan memberinya waktu untuk menenangkan diri				
26	Di saat sedih saya mengurung diri di kamar				
27	Saya merasa banyak kekurangan dibandingkan orang lain				
28	Hambatan/kesulitan membuat saya patah semangat				
29	Saya bosan bila harus mendengarkan masalah yang diceritakan orang lain				
30	Saya akan tetap mengkritik orang walaupun ia sudah menyadari kesalahannya				
31	Saya selalu berusaha untuk berkonsentrasi ketika mengerjakan suatu tugas				
32	Saya sadar bahwa perasaan malu bertanya dapat mengganggu kesulitan saya dalam belajar				
33	Saya berusaha keras untuk memperbaiki kehidupan saya dimasa mendatang				
34	Saya menahan marah pada teman saya meskipun dia menyakiti saya				
35	Saya bisa menghormati pendapat orang lain				

36	Saya sering tidak dapat menahan diri ketika marah				
37	Saya sering merasa tidak mampu melakukan hal yang baru				
38	Saya tidak memiliki cita cita untuk masa depan saya				
39	Saya lebih suka mengerjakan tugas sendiri daripada berdiskusi dengan teman				
40	Saya tidak terharu bila ada teman saya menangis				
41	Jika emosi saya akan menarik nafas dengan panjang agar lebih tenang				
42	Saya tau kalau saya sedang sedih				
43	Saya dapat menerima pemikiran/pendapat orang lain meskipun beda dengan pemikiran/pendapat saya				
44	Saya berusaha memahami pemikiran orang lain yang beda pemikiranya dengan saya				
45	Saya akan ikut prihatin bila ada teman saya yang terkena musibah				
46	Harapan saya yang tidak tercapai sering menghambat saya dalam melakukan aktivitas.				
47	Saya selalu merasa gelisah tanpa tahu sebabnya.				
48	Apabila hasil yang saya raih tidak sebaik yang diperoleh teman saya, maka saya tidak ingin melakukannya lagi.				
49	Sepenting apapun pembicaraan teman saya, jika saya tidak suka, maka saya akan segera memutuskan pembicaraan.				
50	Saya merasa tidak takut bila melihat film yang penuh kekerasan di televisi				

KUESIONER
Skala Kontrol Diri

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Meskipun sedang marah, saya tetap mempertimbangkan tindakan dengan hati-hati				
2	Saat tertekan, saya berusaha mengingat hal-hal dapat membuat saya tenang				
3	Saya mengerjakan sesuatu yang bermanfaat untuk mengisi waktu luang				
4	Saya tidak akan marah jika ada orang yang menyinggung perasaan				
5	Saya tidak akan menertawakan tindakan bodoh yang dilakukan orang				
6	Meskipun terasa berat, saya tetap berusaha menyelesaikan pekerjaan rumah yang telah dibebankan				
7	Saya bermimpi buruk setiap ada persoalan-persoalan baru yang muncul				
8	Ketika saya melakukan kesalahan dalam suatu tugas, maka saya tidak akan menyelesaikan tugas tersebut				
9	Saya dapat mengubah nasib bila ada keberuntungan yang menyertai saya				
10	Saya kehilangan kesabaran apabila sedang marah				
11	Saya berusaha untuk tidak menunjukkan kesedihan saya dihadapan orang lain, meskipun hati begitu sedih				
12	Saya marah bila tidak mendapatkan barang yang saya cari				
13	Biasanya saya tidak dapat menyembunyikan luapan kegembiraan pada diri saya , meskipun situasinya kurang tepat				

14	Bila saya ingin melakukan sesuatu, saya langsung mengerjakan tanpa berfikir panjang				
15	Saat saya jengkel saya memarahi siapa saja yang dekat dengan saya				
16	Saat saya jengkel dan marah terhadap seseorang, saya menghindarinya untuk sementara waktu sampai kejengkelan dan kemerahan saya reda				
17	Saya dapat menghindari perselisihan dengan teman, meskipun menyangkut masalah yang besar sekalipun				
18	Saya akan menarik nafas beberapa kali saat marah agar terasa lebih tenang				
19	Saya akan menghindari orang yang sedang marah, daripada terpengaruh bila berada didekatnya				
20	Saya bisa terlibat pertengkaran dengan teman meskipun masalahnya kecil				
21	Saya tidak dapat menerima kesalahan yang dilakukan oleh teman saya				
22	Saya akan mencari kesibukan disaat menunggu seseorang				
23	Saya membiarkan saja televisi/ radio menyala meskipun mengganggu pekerjaan saya				
24	Biasanya saya melakukan sesuatu yang saya suka, dari pada sesuatu yang penting untuk dikerjakan				
25	Saya selalu berhati-hati berbuat, karena setiap perbuatan akan mendapat balasan yang setimpal				
26	Saya biasa menepati janji supaya merasa nyaman				
27	Meskipun saya tahu kalau teman saya mabuk, tetapi saya tetap maladeni tantanganya				
28	Walau lampu sedang merah, tetapi saya tetap mengemudikan kendaraan tanpa memperdulikan orang yang menyabrang				
29	Saya tidak mau berbuat sesuatu yang saya perkirakan akan membahayakan diri saya sendiri				

30	Saya berusaha mempersiapkan diri untuk menghadapi kemungkinan yang terjadi atas suatu peristiwa				
31	Saya berusaha meraih kesempatan terlebih dahulu, sedangkan resikonya saya pikirkan berikutnya				
32	Biasanya saya memikirkan masak-masak pekerjaan yang saya lakukan				
33	Saya tidak peduli apa yang terjadi bila saya melakukan sesuatu yang rumit				
34	Dalam keadaan tertekan saya biasa meningkatkan kecepatan kendaraan yang saya kemudikan untuk meredakan tekanan tersebut				
35	Saya tidak memikirkan akibat-akibat dari perbuatan yang saya lakukan				
36	Saya harus meraih kesempatan meskipun harus mengorbankan kepentingan orang lain				
37	Saya tidak akan marah ketika seseorang mengkritik saya dengan tajam				
38	Saya akan tetap menuntut hak saya, meskipun kemungkinannya kecil untuk mendapatkannya				
39	Betapapun sakitnya kegagalan, memuncu semangat saya untuk berbuat lebih baik lagi				
40	Kritik yang ditunjukkan kepada saya akan saya terima dengan lapang dada meski terasa pedas				
41	Meskipun uangnya masih kurang, saya tetap ingin membeli yang saya inginkan				
42	Walaupun orang tua tidak punya uang, namun saya tetap minta dibelikan yang saya inginkan				
43	Saya tetap menghargai nasehat yang diberikan oleh teman saya, meskipun menyinggung perasaan saya				
44	Meskipun cuaca tidak memungkinkan, saya tetap bersikeras untuk mengajak jalan-jalan				
45	Sulit bagi saya memaafkan seseorang yang saya percayai melakukan perbuatan yang mengecewakan saya				

46	Agar kesalahan atau kegagalan masa lalu tidak terulang, saya berusaha untuk tidak terlibat dengan persoalan yang serupa				
47	Saya tidak dapat menerima kekalahan atau kegagalan dengan lapang dada				
48	Saya tidak akan membayangkan hal-hal yang menakutkan yang akan terjadi pada diri saya				
49	Bila ada orang yang mengatur perbuatan jelek saya, maka saya tidak akan merasa jengkel dan marah kepadanya				
50	Saya akan menghindari bila ditantang berkelahi				

Kategori berdasarkan distribusi

1. Kecerdasan emosional

$$\text{Mean empirik (ME)} = 72,988$$

$$\text{Jumlah aitem penelitian} = 24$$

$$\text{Skor skala} = 1 : 2 : 3 : 4$$

$$\begin{aligned} \text{Mean hipotetik} \\ = 2,5 \times 24 = 60 \end{aligned}$$

$$\text{Skor terendah skala} = 1 \times 24 = 24$$

$$\text{Skor tertinggi skala} = 4 \times 24 = 96$$

$$\text{Rentangan skor skala} = 96 - 24 = 72$$

$$SD = \frac{72}{6} = 12$$

a. $MH - 3 (SD)$ s/d $MH - 1,8 (SD) \rightarrow$ sangat rendah

$$60 - 3 (12) \quad \text{s/d} \quad 60 - 1,8 (12)$$

$$60 - 36 \quad \text{s/d} \quad 60 - 21,6$$

$$24 \quad \text{s/d} \quad 38,4$$

b. $MH - 1,8 (SD)$ s/d $MH - 0,6 (SD) \rightarrow$ rendah

$$60 - 1,8 (12) \quad \text{s/d} \quad 60 - 0,6 (12)$$

$$60 - 21,6 \quad \text{s/d} \quad 60 - 7,2$$

$$38,4 \quad \text{s/d} \quad 52,8$$

c. $MH - 0,6 (SD)$ s/d $MH + 0,6 (SD) \rightarrow$ sedang

$$60 - 0,6 (12) \quad \text{s/d} \quad 60 + 0,6 (12)$$

$$60 - 7,2 \quad \text{s/d} \quad 60 + 7,2$$

$$52,8 \quad \text{s/d} \quad 52,8$$

d. $MH + 0,6 (SD)$ s/d $MH + 1,8 (SD) \rightarrow$ tinggi

$$60 + 0,6 (12) \quad \text{s/d} \quad 60 + 1,8 (12)$$

$$60 + 7,2 \quad \text{s/d} \quad 60 + 21,6$$

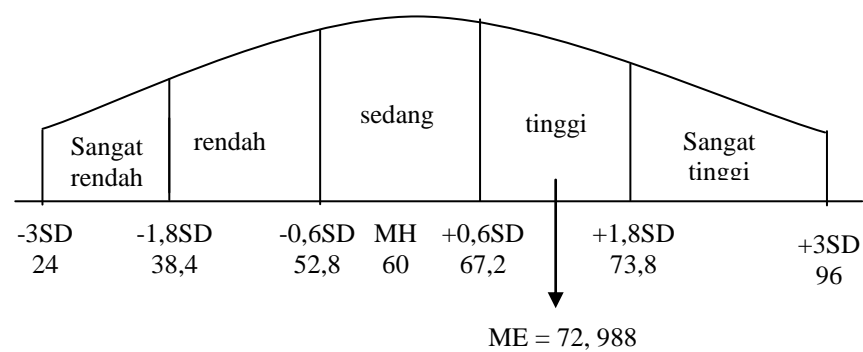
$$67,2 \quad \text{s/d} \quad 81,6$$

e. $MH + 1,8 (SD)$ s/d $MH + 3 (SD) \rightarrow$ sangat tinggi

$$60 + 1,8 (12) \quad \text{s/d} \quad 60 + 3 (12)$$

$$60 + 21,6 \quad \text{s/d} \quad 96$$

$$81,6 \quad \text{s/d} \quad 108$$



Keterangan :

$$24 \leq x < 38,4 \quad = \text{sangat rendah}$$

$$38,4 \leq x < 52,8 \quad = \text{rendah}$$

$$52,8 \leq x < 67,2 \quad = \text{sedang}$$

$$67,2 \leq x < 81,6 \quad = \text{tinggi}$$

$$81,6 \leq x < 96 \quad = \text{sangat tinggi}$$

2. Kontrol diri

$$\text{Mean empirik (ME)} = 96,438$$

$$\text{Jumlah aitem penelitian} = 33$$

$$\text{Skor skala} = 1 : 2 : 3 : 4$$

$$\begin{aligned} \text{Mean hipotetik} \\ = 2,5 \times 33 = 82,5 \end{aligned}$$

$$\text{Skor terendah skala} = 1 \times 33 = 33$$

$$\text{Skor tertinggi skala} = 4 \times 33 = 132$$

$$\text{Rentangan skor skala} = 132 - 33 = 99$$

$$SD = \frac{99}{6} = 16,5$$

$$\text{a. } MH - 3 (SD) \quad \text{s/d } MH - 1,8 (SD) \rightarrow \text{sangat rendah}$$

$$82,5 - 3 (16,5) \quad \text{s/d } 82,5 - 1,8 (16,5)$$

$$82,5 - 29,7 \quad \text{s/d } 82,5 - 29,7$$

$$33 \quad \text{s/d } 52,8$$

$$\text{b. } MH - 1,8 (SD) \quad \text{s/d } MH - 0,6 (SD) \rightarrow \text{rendah}$$

$$82,5 - 1,8 (16,5) \quad \text{s/d } 82,5 - 0,6 (16,5)$$

$$82,5 - 29,7 \quad \text{s/d } 82,5 - 9,9$$

$$52,8 \quad \text{s/d } 72,6$$

$$\text{c. } MH - 0,6 (SD) \quad \text{s/d } MH + 0,6 (SD) \rightarrow \text{sedang}$$

$$82,5 - 0,6 (16,5) \quad \text{s/d } 82,5 + 0,6 (16,5)$$

$$82,5 - 9,9 \quad \text{s/d } 82,5 + 9,9$$

$$72,6 \quad \text{s/d } 92,4$$

d. $MH + 0,6 (SD)$ s/d $MH + 1,8 (SD) \rightarrow$ tinggi

$$82,5 + 0,6 (16,5) \text{ s/d } 82,5 + 1,8 (16,5)$$

$$82,5 + 9,9 \quad \text{s/d } 82,5 + 29,7$$

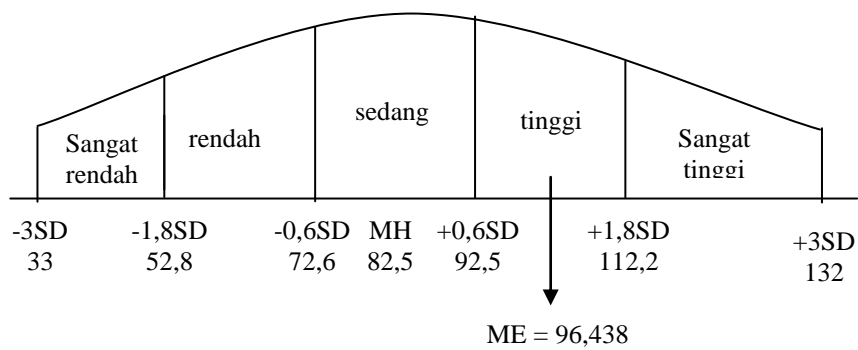
$$92,4 \quad \text{s/d } 112,2$$

e. $MH + 1,8 (SD)$ s/d $MH + 3 (SD) \rightarrow$ sangat tinggi

$$82,5 + 1,8 (16,5) \text{ s/d } 82,5 + 3 (16,5)$$

$$82,5 + 29,7 \quad \text{s/d } 82,5 + 49,5$$

$$112,2 \quad \text{s/d } 132$$



Keterangan :

$$33 \leq x < 52,8 \quad = \text{sangat rendah}$$

$$52,8 \leq x < 72,6 \quad = \text{rendah}$$

$$72,6 \leq x < 92,4 \quad = \text{sedang}$$

$$92,4 \leq x < 112,2 \quad = \text{tinggi}$$

$$112,2 \leq x < 132 \quad = \text{sangat tinggi}$$